

Sommerzeit: Mehr Bewegung

Studie Wenn die Sonne später untergeht, spielen Kinder deutlich mehr im Freien. Dies ist das Resultat einer internationalen Studie mit 25 000 Kindern, darunter auch Schüler und Kindergartenkinder aus der Schweiz.

Die Autoren der Studie sind der Ansicht, dass die Einführung einer zusätzlichen Stunde Tageslicht der Kindergesundheit zuträglich wäre.

Für die Studie wurde die tägliche Aktivität von Kindern zwischen 5 und 16 Jahren in neun Ländern mit Beschleunigungsmessern gemessen, die sie um die Taille trugen. Das Resultat: Ging die Sonne an Sommertagen um 21 Uhr unter, bewegten sich die Kinder um 15 bis 20 Prozent mehr, als wenn die Sonne im Winter um 17 Uhr unterging.

Dies traf besonders auf europäische und australische Kinder zu, und zwar auch dann, wenn die Forscher Wetterbedingungen und Temperaturen in ihren Daten berücksichtigten. Dies berichten die Forscher im «International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity».

Zwei Minuten pro Tag

«Diese Studie ist der bisher stärkste Hinweis darauf, dass abendliches Tageslicht die Aktivität von Kindern am späten Nachmittag beeinflusst – die «kritischen Stunden» für das Spielen im Freien», erklärte Anna Goodman von der London School of Hygiene & Tropical Medicine in einer Mitteilung zur Studie. In Grossbritannien und Australien wird seit Jahren darüber diskutiert, eine zusätzliche abendliche Stunde Tageslicht einzuführen. Dies würde sich auf jedes einzelne Kind auswirken und vermutlich viel weiter reichen als viele gängige Massnahmen zur Gesundheitsförderung, sagte Goodman. Eine zusätzliche Stunde draussen Spielen brächte allerdings nur zwei Minuten mehr Aktivität pro Tag und Kind. Da sich Kinder pro Tag im Schnitt während 33 Minuten so beschäftigen, sei der Zuwachs indes nicht trivial.

Nach der Umstellung

Auch den Effekt der halbjährlichen Zeitumstellung konnten die Wissenschaftler nachweisen: Sie untersuchten die Aktivität von 439 Kindern direkt vor und nach der Zeitumstellung. Es zeigte sich, dass sich das gleiche Kind in den Tagen nach der Umstellung zum späteren Sonnenuntergang sofort mehr bewegte. sda

Mehr Hilfe für Betroffene

Illetrismus 800 000 Menschen können in der Schweiz nicht richtig lesen und schreiben. Ein neues Gesetz und mehr Angebote sollen nun Abhilfe schaffen.



Eine Person lernt in einem Grundkurs für Illetristen schreiben. Viele wissen nicht, dass sie lesen und schreiben auch im Erwachsenenalter lernen können und es entsprechende Angebote gibt. Keystone

In der Schweiz kann längst nicht jeder Erwachsene lesen und schreiben. Rund 800 000 Erwachsene sind hierzulande gemäss Bundesamt für Statistik nicht in der Lage, einen einfachen Text zu lesen und zu verstehen – trotz Schulbildung. Das Phänomen nennt man Illetrismus. Es handelt sich aber nicht um Analphabeten, die per Definition nie eine Schule besucht haben.

Defizit meist unerkannt

Beinahe die Hälfte der Betroffenen ist in der Schweiz geboren und hier zur Schule gegangen, schreibt der Verein Lesen und Schreiben in einer Medienmitteilung. Betroffen seien Personen aus fast allen Berufen und sozialen Schichten.

Das Defizit bleibe aber meist unerkannt, weil sich viele nicht getrauten, über ihre Schwäche zu sprechen. Viele wüssten nicht einmal, dass sie lesen und schreiben auch im Erwachsenenalter lernen könnten und dass es entsprechende Angebote gibt.

Um dies zu ändern, kommen sogenannte Vermittlerpersonen zum Einsatz. So werden etwa Berufsberater speziell geschult, damit sie erkennen, wenn eine Person mit einer Lese- oder Schreibschwäche die Beratung aufsucht.

Die Vermittlerperson kann dann das Thema ansprechen und

helfen, ein passendes Weiterbildungsangebot zu finden. Rund 3000 Personen entscheiden sich pro Jahr, als Erwachsene besser lesen und schreiben zu lernen.

Mehr Geld gefordert

Der Verein kritisiert, dass heute zu wenig Mittel für entsprechende Angebote zur Verfügung stünden. Auch der Dachverband für Weiterbildung (SVEB) fordert mehr Mittel für nationale Sensibilisierungskampagnen und flächendeckende Kursangebote.

Die Ausgaben müssten von heute zwei Millionen auf 30 Mil-

Das neue Gesetz

Das neue Weiterbildungsgesetz (WeBiG) wurde vom National- und Ständerat klar angenommen. Wichtigstes Ziel des WeBiG ist es, die Weiterbildung als Teil des lebenslangen Lernens zu stärken. Bund und Kantone sollen dazu in Zusammenarbeit mit Organisationen der Arbeitswelt den Erwerb und den Erhalt von Grundkompetenzen Erwachsener unterstützen. Grundlegende Fähigkeiten in Lesen und Schreiben finden somit als Basis des lebenslangen Lernens eine gesetzliche Verankerung. bt

lionen Franken pro Jahr aufgestockt werden. Mit dem Weiterbildungsgesetz, das 2017 in Kraft tritt, bestehe dafür nun eine gesetzliche Grundlage.

Lernprozess wird blockiert

Doch wie kommt es, dass jemand eine ganze Schulkarriere durchlaufen kann, ohne richtig lesen und schreiben zu lernen? Eine Seh- oder Hörschwäche, Legasthenie oder auch eine schwierige Familiensituation könnten am Anfang der Entwicklung stehen, schreibt der Verein Lesen und Schreiben auf einem Informationsblatt.

Der schwierige Prozess des Lesen- und Schreibenlernens könne in der Folge nicht reibungslos verlaufen. Das Lesen und Schreiben wird zunehmend zur Belastung. Die ständigen Misserfolge drücken auf das Selbstwertgefühl, der Unterricht wird zur Qual.

Betroffene versuchen Lese- und Schreibsituationen möglichst zu vermeiden – der Lernprozess wird dadurch erst recht blockiert. Nach der Schulzeit entwickeln viele Alternativstrategien und vergessen so das wenige in der Schule Erlernete.

Ausweichmöglichkeiten gibt es viele. Muss ein Formular ausgefüllt werden, sagt die Betroffene einfach, sie sei in Eile und erledige das zuhause. Gilt es an der Arbeitsstelle einen Rapport zu

schreiben, bietet sich die Person an, währenddessen das Aufräumen zu übernehmen. Einige leeren den Briefkasten einfach nicht mehr oder entsorgen die Post ungelesen. Oft haben sie eine Vertrauensperson – Kinder, Eltern oder Freunde – die wichtige Aufgaben für sie übernimmt.

Dauerstress

Auch wenn sich der Alltag so einigermassen bewältigen lässt: Für viele Betroffene ist die Situation ein Dauerstress. Bekannte und Verwandte haben oft wenig Verständnis, wenn sie die wahren Beweggründe für gewisse Verhaltensweisen nicht kennen.

Vorgesetzte haben zum Beispiel das Gefühl, ein Mitarbeiter sei faul, weil er sich vor entsprechenden Arbeiten drückt. Kinder denken, ihr Vater interessiere sich nicht für sie, weil er bei den Hausaufgaben nicht hilft. Bei Sozialdiensten fallen Betroffene als unkooperative oder aggressive Klienten auf.

Gemäss einer Studie des Büros für arbeits- und sozialpolitische Studien (Bass) aus dem Jahr 2007 haben Personen mit einer Lese- oder Schreibschwäche ein doppelt so hohes Risiko, arbeitslos zu werden wie der Durchschnitt der Erwerbstätigen. sda

Links: www.lesenshreiben-d.ch; www.lesenlireggere.ch

Plattform für die Kitasuche

Betreuung Den Überblick zu behalten im Dschungel der Kitas ist schwer. Eine neu entwickelte Onlineplattform für Eltern und Kindertagesstätten zeigt, dass es auch anders geht.

Frisch gebackene berufstätige Eltern fürchten sie – die leidige Suche nach einer Kindertagesstätte (Kita). Der gut gemeinte Rat aller Eltern: früh genug starten. Noch mit dem Baby im Bauch oder besser schon beim ersten Gedanken an ein zukünftiges Kind heisst es: Loslegen mit der Kitasuche. Wo gibt es Kitas in meiner Umgebung, was sind deren Konditionen, was die pädagogischen Ziele, hat es überhaupt noch freie Plätze?

Das Angebot im Internet ist unübersichtlich, die Onlineauftritte der Kitas sehr unterschiedlich, einige haben gar keine solche Präsenz. Eine Plattform, die komplexe Suchanfragen übersichtlich darstellt, fehlt.

In der ganzen Schweiz

Kitaclub.ch ist die neue unabhängige Onlineplattform für Kitas und Eltern. Im Zentrum steht die Suche nach Kindertagesstätten in der ganzen Schweiz.

Mit Kitaclub.ch sollen Eltern sowie Kitas von einer vereinfachten Kommunikation und Administration über eine gemeinsame Plattform profitieren. Alle Kitas und ihre wichtigsten Informationen, wie Adressen, Öffnungszeiten und Wartelisten auf einen Blick – das ist das Ziel von Kitaclub.ch.

Direkte Vernetzung

«Wir können keine neuen Plätze schaffen, aber wir können die Kitas besser sichtbar und den Eltern einfacher zugänglich machen», sagt Martin Angehrn, Geschäftsführer der Kitaclub AG.

Eltern erhalten alle Informationen zu Kitas zentral an einem Ort und sind sofort informiert, wenn ein Platz für ihr Kind frei wird. Ist die Wunschkrippe überlastet? Über Kitaclub.ch lässt sich schnell eine Alternative finden. Zusätzlich erhalten Eltern wertvolle Tipps rund um das Thema Kinder sowie Vergünstigungen und Dienstleistungen externer Partner. Ein Kitaclubprofil ist für alle Mitglieder kostenlos.

Kitaclub AG ist ein Start-up-Unternehmen, welches durch ein Team aus Jungunternehmern, Vätern, Designern und Entwicklern gegründet wurde. mt

Links: www.kitaclub.ch

Mach mit und schicke uns deine Zeichnung

Male eine Zeichnung und schicke sie uns mit Angabe deines Alters und deines Wohnortes an:
Bieler Tagblatt/Fokus
Robert-Walser-Platz 7
2501 Biel
fokus@bielertagblatt.ch

Link: www.bielertagblatt.ch
Weitere Kinderzeichnungen in unserer Bildergalerie



Jonas Beyeler, 5 Jahre, Oberwil: «Auto».



Nils Schütz, 4 Jahre, Hongkong: «Otto».